【報道関係各位】

SSD COMPANY LIMITED

2008 年 1 月 30 日
新世代株式会社

足腰に痛みのある人や、歩くことに不安を抱える人のための歩行訓練システム

『ザビックスゆっくりステップ』 発売

整形外科医が考案した全く新しい運動理論「ゆっくりステップ」が自宅で出来る歩行訓練システム

デジタル機器の研究開発、製造、販売を行う新世代株式会社（本社：滋賀県草津市、代表取締役社長：中川克也）は、歩行訓練新理論「ゆっくりステップ」に基づき専門的な歩行訓練を自宅のテレビで行うことができるトレーニングシステム「ザビックスゆっくりステップ」として開発しました。この「ゆっくりステップ」理論は整形外科医が実際の治療現場で考案した理論で、足腰の痛みで歩行に不安を抱える人々や高齢者の方々に向け多くの治療実績のあるトレーニングシステムです。患者や高齢者の通院の負担を軽減し、自宅で気軽にトレーニングできる装置として商品化しました。
「ザビックス・ポート」の販売ルートに加え、医療機関、高齢者福祉施設、介護福祉関係などを通じ販売します。

「ザビックスゆっくりステップ」は健康コンピューター「ザビックス・ポート」とマット型の「ステップセンサ」を用いテレビ画面のインストラクターに合わせながら比較的穏やかで簡単な歩行訓練システムです。足腰の痛みや疾患の度合いは個人差があり一律のケアを行うことは困難ですが、「ザビックスゆっくりステップ」では、各々の歩行能力を測定し数値化することで、それぞれにあった訓練目標の設定ができ、様々な症状の方々に対応できるようになっています。また、専門医が患者に対して行う運動処方に基づいたトレーニングが自宅でできる機能もあり、「生涯自分の足で歩く」事を目標に「いつまでも健康で」と願う高齢者のための商品です。
歩行能力の推移、毎日の歩行運動量など、様々な情報がわかりやすく数値で表示されるので、運動の効果や自分の歩行能力の向上を確認しながら意欲的に訓練に取り組めるよう設計されています。さらに、PC を用いて詳細データの管理を行うことが可能で、専門家による診断やアドバイス等のサービスと連携できるようになります。

転倒による骨折は高齢者が寝たきりになる大きな原因のひとつです。転倒を招く要因は筋力低下による足腰のバランス能力の低下などが考えられます。腰や膝の痛みがもとで外出や歩行が不安となり、それが原因の運動不足が、さらに足腰の筋力を低下させ、その結果、転倒による寝たきりを招く、などの悪循環が生じます。また、腰や膝に痛みがある高齢者は通院や治療を継続することが困難となり、専門家による適切な指導や治療が中断してしまうケースも多く、高齢者になるほど寝たきり状態になる傾向が大きいと言われています。「ザビックスゆっくりステップ」は、自宅で、専門医が考案した本格的なトレーニングを継続することが出来、カンタンな訓練で歩行能力が維持、改善できることが大きな特徴です。

●治療現場の医師が考案した意外な運動理論「ゆっくりステップ」

「ゆっくりステップ」の運動理論は、実際の骨折患者、とくに高齢者の大腿骨頚部骨折の患者のリハビリテーションで実績のある運動理論で、整形外科・小西均医師（岡山市立せのお病院）が２０年以上の治療経験を通じて確立された歩行訓練法です。

例えば、手術した片足に体重をかけ一瞬の「片足立ち」もできない状況では、反対側の足を前に出すことができません。すなわち歩行することができない事になります。歩くためにはまず、安定した「片足立ち」ができることがとても大切だという考えから、ゆっくりとした足踏み訓練を行う「ゆっくりステップ」の運動理論が生まれました。そして患者の歩行能力は片脚起立時間（片足立ち時間）の測定で客観的評価ができる事が立証されました。

リハビリ訓練やその他の治療の成果、患部の治癒などの総合的な状況が数値評価できる効果は大きく、骨折患者のみならず加齢による筋力低下や疾患による痛みなどが原因で「歩きにくくなった」「つえが必要になった」「歩くことに自信がなくなった」という高齢者に対しても、この「ゆっくりステップ」の運動理論が非常に有効にはたらくことが実証されています。

生命的な平均寿命が延びるなか、元気で活動的に暮らすことができる「健康寿命」も延ばす必要があります。「第二の心臓」とも言われる下肢には７０％以上の筋肉があり、ゆっくりとした足踏みで、想像以上に大きな運動量を得ることができます。また、下肢のみならず身体全体の美しい姿勢を保つために必要な腹筋や大腰筋を動かすことで、身体の基礎代謝量が増加し健康増進にも効果が期待できます。

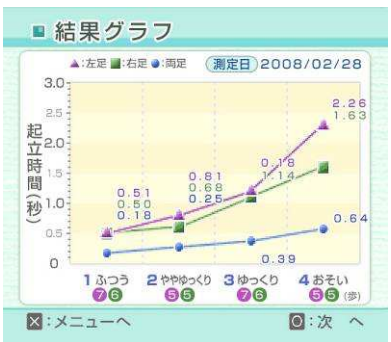
●「ザビックスゆっくりステップ」の使用方法

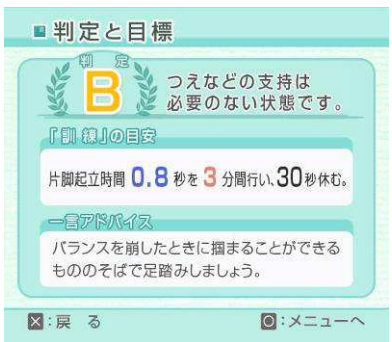
まず、現在の歩行能力を測定します。

TV画面のインストラクターの動きに合わせて、ステップセンサ（マット）の上でゆっくりと足踏みをします。インストラクターは同じリズム、動作をしやすい鏡面になっています。足踏みの速度は「ふつう（10 秒間に 13 歩）」「ややゆっくり（10 秒間に 10 歩）」「ゆっくり（20 秒間に 13 歩）」と非常に遅い足踏み（30 秒に 10 歩）の 4 段階、計 70 秒間の足踏みで測定し、どの速度時にどの程度の能力があるかを、左右の片脚起立時間および両足の起立時間で評価します。

次に、測定結果をもとに、トレーニング目標を設定します。

結果は分かりやすくグラフで表示します。一般的に左右の歩行能力は異なりますが、「ザビックスゆっくりステップ」では悪い方の足を基準にし、A～D の 4 段階で評価するとともに、今後のトレーニングの目安（目標値）を表示します。測定は 1 ヶ月に 1 回程度を推奨しています。





目標達成を目指して、歩行訓練を行います。
テレビ画面のインストラクターの動きに合わせて、ステップセンサの上でゆっくり、バランスよく足踏みをします。訓練は片足立ちの時間を長くすることが目標ですので、片足立ちの時間に応じて画面に「よい」「ややよい」「わるい」の表示が出ます。「よい」足踏みを目指してトレーニングを行います。
また、左右の足の足踏み状態のほか、歩行時間、カロリー、歩数、距離が画面に表示され、訓練の進捗状況が一目で分かるようになっています。

100m 進むごとに 1 都道府県を制覇となる、日本一周を目標にトレーニングを行なうオプション設定もあります。

最後に、訓練達成状況を確認します。
訓練を終えると、1 回分の運動量と 1 日のトータルの運動量（時間・距離・歩数・消費カロリー）を確認することができます。

「ザビックスゆっくりステップ」のシステムカートリッジのＵＳＢのコネクタとパソコンを接続し、これらの運動データをさらに詳しく評価しデータを記録することができます。
医師や専門家と連携した運動処方にも展開することが出来る機能を搭載しています。自宅でのトレーニングのデータを持参すれば的確な診断やアドバイスを受けることも可能となります。

●「XaviXPORT（ザビックス・ポート）」とは

「家族の健康、生活習慣病が気になる」、「最近運動不足だが時間がとれない」、「シェイプアップして健康的な美しさを手に入れたい」。「XaviXPORT」は、健康的生活の創造を目的に、新世代株式会社が開発したテレビ接続型のトレーニングシステム。2005 年 9 月の国内発売を皮切りに世界 12 ヵ国で販売しています。
運動時間やカロリー消費量の目標を設定して、自宅で気軽に効果的なエクササイズが行なえる「XaviX エアロ」シリーズをはじめ、「XaviX パワーボクシング」「XaviX テニス」や「XaviX ゴルフ」などのスポーツシリーズがあります。
また、高齢者向け運動メニューやコミュニケーションツールとして「XaviXPORT」システムの有効性に着目し、介護施設専用のリハビリテーション、レクレーション支援プログラムを開発。高齢者福祉施設を対象に介護支援サービス「ザビックスほっとプラス」を全国展開しています。

商品概要

製品名	ザビックス ゆっくりステップ	
型　番	PT2-YSP1	
製品構成	システムカートリッジ	色：ライトグレー
	ステップセンサ	色：ホワイト
	XaviXPORT	色：シルバー／ライトグリーンメタリック（天面）
最大外形寸法	システムカートリッジ	約 106mm×12mm×86mm （W／H／D）
	ステップセンサ	約 1260mm×33mm×465mm （W／H／D）
	XaviXPORT	約 182mm×28mm×137mm （W／H／D）
重　量	システムカートリッジ	約 75g
	ステップセンサ	約 730g (電池使用時)
	XaviXPORT	約 300g
材　質	システムカートリッジ	カートリッジケース：ABS 樹脂、ポリカーボネイト ケース裏シール：ポリプロピレン
	ステップセンサ	マット表裏：EVA 樹脂 マットふち：ナイロン コンソール部：ABS 樹脂 コンソール部裏シール：PET 樹脂
	XaviXPORT	本体ケース：ABS 樹脂　ポリカーボネイト ケース裏シール：ポリプロピレン
システムカートリッジ	CPU　：SuperXaviX N-plus メモリ　：ROM：64Mbit　EEPROM：64Kbit その他　：RTC（リアルタイムクロック IC） I/O　：USBミニBコネクタ（マスストレージデバイス：8MB）	
付属品	USB ケーブル、AC アダプタ、A/V ケーブル、単3形乾電池、取扱説明書、 基本操作ガイド、保証書、 ユーザ登録ハガキ、バーコード（シリアルナンバー）シール、 書籍「ゆっくりステップ　～生涯自分の足で歩くために～」 出版社：大阪書籍※1	
インターフェース	ステップセンサ	

※1.　**「ゆっくりステップ　～生涯自分の足で歩くために～」** 出版社：大阪書籍
岡山市立せのお病院　整形外科医　小西　均　監修、 ゆっくりステップ推進委員会編
定価：1,050 円(税込)　全国の主要書店で販売中

■価　格　29,800円（税込価格）
■発売予定　2008年2月より順次出荷予定
■販売ルート　「ザビックス・ポート」の販売ルート、医療機関、高齢者福祉施設、介護福祉関係等を予定
■生産予定　初年度12,000台
■ゆっくりステップホームページ ：http://www.yukkuristep.jp
■新世代株式会社ホームページ：http://www.shinsedai.co.jp

＜製品に関する　お問い合わせ先＞
新世代株式会社　TEL：0120-775-248 （ザビックス ホットダイヤル）
〒525－0054　滋賀県草津市東矢倉 3-3-4

＜本資料に関する報道関係者からのお問合せ先＞
XaviX PR 東京事務局　/　担当：渡邊・久保・千葉　/　pr@xavix.jp
〒108-0071　東京都港区白金台 3-19-6　白金台ビル 3F　Tel：03-5793-3534　／　Fax：03-5793-3511